

第 191

太过于兴奋

兴奋的事情过去了，将觉得非常悲痛

太过于兴高采烈

当兴高采烈的事过去了将觉得非常寂寞

太过于快乐

当快乐的事过去了将觉得非常痛苦

过分地过着纵欲的生活方式，并不好

人的生命，好比弹簧

拉得越长，缩回得越快

得意忘形的生活，使人患神经病

知足、自我满足的生活比较好

朴素的生活，轻松愉快

过于兴高采烈，会带来焦虑

生活朴素，善知识会感到很满意

财物多了，就拿一些去布施吧

过分地享乐并非好事

过度享乐，对心有害

第 192

快乐与痛苦，如虚如幻
善知识当保持此心中立
无论在任何局势下都不动摇
只是忠实地做好自己的任务
能为众人创造利益而感到自豪
不关心是否有利益回报
有远见的人会做长久的考虑
为世界创造利益的人一天比一天强大
只顾安于享乐的人则一天比一天虚弱
无论在哪里，只想施与和帮助他人
信者所奉献的都具有无边功德
净心行善，不退初心
为大众创造利益，将增加善知识的善因
因此，心生欢喜，胸怀阔达
善行多的人，心情开朗
物质多的人，未必幸福
行善须努力，不可气馁

第 193

对钱财不知足的人叫做守财奴
对荣誉不知足的人叫做爱面子
不知无常的人以为世间的财富是真的
而其实一切都是如幻如化
来了就走，谁也无法带走
都是瞬间的幻境
执着不放因为愚痴
于是，带来了痛苦
物质再多也不如知足常乐
金银满屋也不如净心行善
财富多的人对财富的追求更加强烈
什么都能填满，唯有欲望无法填满
使人毕生追求，无有完了
不知足者，烦恼越多
怎样的生活，才能体会到生活的本质
就是：知足常乐
别当捕风捉影的人

第 194

这个身体，生时未曾带来，死了不能带走
是地、水、火、风，四大和合，不可长久
从头到脚都没有我们的，都是世界元素
心灵到来出生，就把这世界的元素组合起来
成为心灵的住处，作为在这个世界使用的工具
时间到了，就把这个工具给留下来
叫做死了，其实并没有谁死了，只是把工具扔掉
吃饭时候使用的勺子，吃饱了就要把它扔下
勺子作为使用工具，用完了就扔在一边
如同心灵把身体扔掉一样，就到别的世界出生去
吃饱饭的人把勺子给扔了，我们要给勺子哭泣吗
身体只是作为这个世间的使用工具，时间一到就得扔了
身体是世界元素，不分人兽、男女
唯有毗鉢舍那智者，能除我执
身体不是我们的，只是人拿来使用的工具
心灵在人间享用的时间完了，就要把身体扔了
地水火风这四个元素，将回归世界
没有带来，没有带走，不属于我们的，
要了悟真相，才免于迷惑
自我们身上把一切执着都拔除
获得解脱，证入涅槃

第 195

要为我们自己建造一个清净的环境是不可能的

因为这是一个有缺陷的世界

无常、烦恼、无我就是一种缺陷

别追求完美，那会使我们失望

一直在寻找一个符合自己修行的场地

如果只是在寻找，就没机会修行

就在缺陷中锻炼吧

完美，不能作为激励你修行的动力

因为有缺陷，我们才会看到苦

即所谓“知苦乐法”

智慧自障碍中磨炼出来

顺利的人生，难生智慧

顺利会使人变得软弱

要时时修炼当下的知觉

不管是顺利还是有障碍，都要关注当下的知觉

别寻找什么状况，而是要以当下的知觉来作理解

修行不是为了统治世界

因此不必给世界订立程序

修行而洞察世界，是为了理解世界，不为世界所苦

第 196

哪里有好，那里就有坏
这是正常的事
哪里有大好人，那里就会获得认可
 获得大众的尊崇与敬仰
哪个地方也就会有利益
有利可图的地方，就有坏人来图谋利益
坏人很会利用好人来掩饰他自己
利用好人掩饰自己，有助于谋财
所以有好人的地方必有坏人，这是平常的事
别让坏人做的坏事让我们失去了信心
好人没信心，社会可糟糕
越是有坏人潜入的地方就越需要好人多出力
别灰心叹气而停止做好事
否则的话，社会会坍塌
坏人就是要做坏事倒是挺平常
我们还是要坚持下去，别灰心
病了，还是要吃药的
如果不吃药，病情会加重

第 197

世间的规律
有因必有果
相信有因必有果的是正见
正见，能成就大智大慧
而且是属于正见的智慧
造了因，后必有果
造了恶因，必生恶果
造了善因，必生善果
不必怀疑
不生怀疑，就会积极行善
诸恶莫作，众善奉行
时时广造善因，日日生活高升
不造诸恶业，终生无灾无难
种什么因，就有什么果
对于真理，别生怀疑
善恶到头终有报，不可避免

第 198

哪里的利益大，那里的危险也就大
兴旺的地方，危险必多
这是世间财富的害处
人世间的财富并非没问题的财富
正是哪里有财富，那里就有问题
哪里有财富，就会有纷争
有财富的地方都有危险
有时候人并没有错，就是错在他拥有财富
因拥有财富，所以成为被伤害的对象
所以说，财富能带来灾害
人世间的财富伴随着恐惧一起来
让人焦虑不安，吃不下、睡不着
诸善知识以佛为师，皆能洞察世间财富的灾害
所以尽量不眷恋人间的财富
因为人间的财富能造作恶业
智慧者勤修波罗蜜作为涅槃资粮

第 199

艰难时刻别气馁
别以为是命运作弄人
别伤心后悔，讽刺生命
人什么都能忍
除非他不愿意
人什么都能做
除非他不愿意
把自己搞成爱发牢骚的人，令人讨厌
把自己养成懂得容忍的人，令人尊敬
世人都尊敬能够容忍的人
因为在他们看来很有意义
做什么都跟着情绪走，那很简单
 可是对生命毫无助益
修炼自己，别放纵自己成为随波逐流的浮草
如果不懂容忍，总有一天变成废物

第 200

人自造的善行恶行
将在大地公开
我们在哪里行善、哪里作恶
它将在这个大地上全面公开
尽力掩饰罪恶没有任何意义
我们的恶行将会臭名远扬
而且详细地记录在地狱的档案里
也没必要公开自己的善行
我们做的善行整个大地都知道
而且详细地记录在天堂的档案里
最恶的事最好不做
逃脱最恶犹如逃脱恶老
对于罪恶要有惭愧心和畏惧之心
就多做善事吧
要敬仰善行和功德
要努力修善道、除恶行
才不至于枉在人间走一遭